

灵芝、金钱龟、冬虫夏草等——

它们真是

“抗癌神药”？

现状

不少肿瘤病人迷信“抗癌神药”



指引

治疗期间怎么吃？

(1)手术后患者的饮食选择

手术后的患者多出现气滞血瘀的症状。有的患者由于手术对机体的损伤,中医辨证属气血受损,徐伯平认为,手术后的患者多宜选择平性或温性的食物。手术易损伤气血,因此术前应尽可能增加营养,增强体质,为手术治疗创造条件。

术后多数患者以气血受损为主,因此,术后患者的饮食宜进食补益性较强的食物,如鱼、牛奶、瘦肉、蛋类、禽类等;同时可辅以人参、黄芪、枸杞子、银耳、红枣、桂圆等补益气血的药物,以加速机体的恢复。

(2)化疗患者的饮食选择

化疗患者多出现不同程度的脾肾受损,气血两伤的症状。

化疗后的病人脾胃功能受到损伤,消化吸收功能下降,处于“虚不受补”的状态,此时不宜大量食用滋腻性补品,如甲鱼、乌龟、花胶等比较滋腻的食物,以免造成病者的消化吸收功能受到影响,饮食营养更加难以吸收。这个阶段应以易消化、易吸收食物为主,少量多餐。可选用家禽、鲜鱼、瘦猪肉、蛋类、奶类等,食欲欠佳时,宜选用半流质食物如粥类或面食类食物。

(3)放疗患者的饮食选择

放疗中,由于放射线的作用,患者常出现局部热盛伤阴的症状,如口干舌燥、皮肤黏膜灼热疼痛、咳嗽胸痛、舌红少苔等,属于中医辨证中的“热盛伤阴”。因此,放疗患者的饮食应避免选用辛热、香燥伤阴的药物和食品,应选用有滋阴、清凉功效的食物和中药,如乌龟、甲鱼、百合、银耳、海参、玉竹、石斛等,水果如杏、梨、李子、葡萄、杨梅、橙子、橘子、柚子等。

(张华)

揭秘

“抗癌神药”真有这么神吗？

人参

——是补益良品,但用错如“火上浇油”

人参被人们称为“百草之王”,是老幼皆知的补益药材。在很早的医书《神农本草经》中就有记载:人参性平、味甘、微苦,微温。其能大补元气,复脉固脱,补脾益肺,生津止渴,安神益智。

人参的种类,按属性来分,可分为温性和凉性两大类,温性者如红参、高丽参、新开河参,凉性者如西洋参(亦称“花旗参”)。红参温性,适合于体质偏寒者服用,而西洋参性凉,适合于体质偏热者服用。

对于年岁较高、体质较弱的肿瘤患者,可用小剂量人参类作为补益。由于红参性温,有“因热”而出血的病人则应慎用或不用。林丽珠称,在放疗期间,病人出现口干舌燥的时候,应用西洋参,滋阴生津,若此时服用高丽参则会“火上浇油”。所以,肿瘤病人服用参类,应根据参的性质及个人的体质,辨证地选用。

穿山甲

——穿山甲肉并无治疗肿瘤的作用

穿山甲已被列为国家二级重点保护野生动物,因而目前在临床上,穿山甲的来源越来越少(虽然目前药房里还有穿山甲这味中药,也是以前留存下来的),为了保护这种野生动物,已有试用其他药材作为代替,如猪蹄甲、龙骨、生牡蛎、龟板、猫爪草、连翘等。

穿山甲的鳞甲才是它的药用部分,根据中医药典籍的记载,穿山甲的鳞甲第一个功用是通经下乳;第二个功用是祛瘀散结,按照中医的辨证,属于瘀血、痰结类的疾病如肋肋疼痛、半身不遂以及各种淋巴结肿大、肿瘤包块,可使用穿山甲进行治疗。

徐伯平指出,穿山甲的鳞甲一般都需要炮制以后再使用,而穿山甲的肉并无治疗肿瘤的作用。不少肿瘤患者到处打听哪里能弄到穿山甲,有的甚至不惜花上万元买一只来,将其肉煲汤来饮用,以期治愈肿瘤,这实在是做无用之功。

金钱龟

——天天吃龟,可能补了肿瘤

金钱龟在民间是个稀罕物,目前价格高扬,便宜的几万元一斤,贵的要十几万一斤。为什么那么

贵?因为有人用它来镇宅,有人也用来它治肿瘤。

在广东、东南亚、港澳台地区食用金钱龟的现象较为普遍,不少人期望食用金钱龟以增强人体免疫力、治疗肿瘤。中医认为,龟甲味咸、性凉,含有骨胶原、蛋白质、脂肪及钙、磷等多种人体必需微量元素,具有滋阴降火、潜阳退骨蒸、补肾健骨等功效,龟甲对肿瘤有一定的治疗作用。而龟肉的作用则是对体质属阴虚的患者,起到滋阴(相当于补充营养)的作用,对肿瘤病灶,几乎无治疗效果。

由于金钱龟的滋阴补虚的功能较强,很多人错误地把它当作滋补神药,花费重金也在所不惜,徐主任曾经遇到一名晚期肺癌的女患者,家境富裕,其家人听说吃金钱龟能抗癌,于是每两天炖一只给她吃,连续吃了超过3个月。但这患者的病情并没有因为吃金钱龟而好转,肿瘤依然继续发展,终因病情恶化病逝。

肿瘤患者谨记:金钱龟虽有滋阴、清热解毒的作用,但顿顿吃龟肉未必有益,一来消化吸收不了,二来也很有可能营养了肿瘤,可能导致肿瘤复发。

金钱龟的滋补能力强,但因有“滋腻”效应,故在放疗期间可以服用,但不宜多吃,亦可以用新鲜海参、石斛、百合等煲汤饮用,其滋阴润燥的功效也相当不错。

灵芝

——“力克癌魔”?功效远被夸大了

目前,药店里卖得最火的“抗癌药”要数灵芝。肿瘤患者对灵芝以及其产品都抱有一种幻想,以为吃了这些药品或保健品,疾病就能神奇康复。

灵芝之所以被神化,这来自于传统文化,因为灵芝在传说中就是“仙草”,能包治百病,甚至起死回生。肿瘤患者对康复的渴求越急迫,就会越相信灵芝的功效。据了解,用作抗癌的灵芝主要是赤芝和紫芝,其药性为甘平,主治虚劳、咳嗽、气喘、失眠、消化不良、恶性肿瘤等。林丽珠认为,灵芝能调整人的睡眠和肠胃,也就是说病人如果能吃得饱,睡得好,自然免疫力也就得到提高。从这点说是有一定的辅助作用。

当然,灵芝孢子粉和灵芝孢子油也是目前被商家吹捧的“抗癌产品”,价格高扬,一个月疗程的花费都在2000~3000元。专家认为,这些产品顶多只是保健品,虽然能提高身体的免疫力,但其宣传

上却称能“迅速提高免疫力,力克癌魔”,功效远被夸大。况且野生灵芝已很少,市面上的灵芝绝大多数是人工培植的,其功效远没有宣传的那么神奇,自然也不是治疗肿瘤的神药。

燕窝

——乳腺癌患者的“雷区”

燕窝常被一些肿瘤患者当做一种上佳补品,其实他们并不知道,对于乳腺癌患者来说,燕窝是一种高风险食品。

中医认为,燕窝性味甘平,能够养阴润燥,益气补中。有研究表明,燕窝对雌激素减少的女性尤其是绝经期的女性,能起到润肤养颜的效果。

然而,徐伯平指出,有些癌症患者是不宜服用燕窝的,如乳腺癌,其肿瘤细胞中有一种叫“雌激素受体”的结构,有这种结构的癌细胞,在雌激素的作用下,能迅速增长,而燕窝本身就含有一种能起到类似雌激素作用的成分,因而建议乳腺癌患者及其家族中的女性(如母亲或姐妹等),避免食用燕窝。肿瘤细胞雌激素受体阳性的肿瘤患者应该远离燕窝。

冬虫夏草

——提高免疫力,偶尔吃吃根本没用

冬虫夏草一种传统的名贵滋补中药材,有调节免疫系统功能、抗疲劳等功效。这几年冬虫夏草的价格一路飙升,最便宜的也要100元一克。

冬虫夏草味甘,性平。能滋肾补虚,对于大多数肿瘤患者,都有补益的作用。徐伯平认为,对于老年的癌症患者、化疗期间的病人,适当地服用冬虫夏草,可以保护骨髓的造血功能,对提升白血球有一定的帮助。但放疗中出口腔黏膜损伤或皮肤损伤,属中医辨证的“热盛伤阴”,此类患者则不宜炖服冬虫夏草。徐伯平说,从医30年,尚未见过单靠服用冬虫夏草就能治愈癌症的病例。

对于冬虫夏草的服用法,很多人却不了解,以至于造成浪费。有关研究表明:冬虫夏草含有虫草多糖、虫草素、多种氨基酸、D-甘露醇等等,长时间炖煮会让冬虫夏草的有效成分受到破坏。所以,正确的做法是把冬虫夏草磨成粉状,在肉汤煲好之后,再加入虫草粉5~6克,稍微炖煮,肉汤无需再沸腾即可饮用。

其实,能代替冬虫夏草某些功效的药材有不少,比如沙苑子补肾,山茱萸的滋阴补肾,女贞子补血等,这些药材可以替代冬虫夏草的部分功效。